

День: 3
Неделя: 2
Сезон: ЛЕТО-ОСЕНЬ 2025 ЯСЛИ
Возрастная категория: Ясли

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат
0093D773D563BFF5D543F003F73EB692C3
Владелец Гасимова Светлана Сергеевна
Действителен с 24.01.2025 по 19.04.2026

" УТВЕРЖДАЮ"
ИО Заведующего МАДОУ города
Нижневартовска ДС №80
"Светлячок"
Селезнева Р.К.
М. П. 22 июля 2025 г.
Подпись _____

Ежедневное меню
на 23 июля 2025 г.

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетиче ская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
7,1	ТТК Каша пшеничная молочная+	151	8,758	4,127	38,354	228,916	0,141	0,181	0,705	140,38	2,003
1	ТТК Масло сливочное в кашу+	3	0,024	2,178	0,036	19,818		0,006		0,72	0,006
36,2	Какао на молоке	151	3,483	3,121	14,087	98,382	0,06		1,963	181,542	0,181
268	ТТК Бутерброды с маслом+	33,253/ 7,028	2,54	5,767	16,453	127,873	0,083	0,05		15,5	1,033
	Итого:	345	14,805	15,193	68,931	474,989	0,285	0,237	2,668	338,142	3,224
	Завтрак 2ой										
0,23	Груша+	76	0,304	0,022	7,22	30,817	0,015	0,022	3,8	14,44	1,748
	Итого:	76	0,304	0,022	7,22	30,817	0,015	0,022	3,8	14,44	1,748
	Обед										
216,1	ТК № 216.1 Помидоры свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	50	0,55	0,1	1,9	10,7	0,025	0,025	12,5	7	0,45
239,1	ТТК Мясо для супа (куры)+	10	7,98	7,63	0,095	100,8	0,045		1,13	11,845	0,7
82,1	ТК № 82.1 Суп крестьянский с пшеном (рец. 134) Сб.2	150	1,06	1,49	5,63	40,2	0,03	0,02	4,95	12,9	0,36
222	Зелень в суп+	1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04
505	Котлеты из куриной грудки (запеченные)	60	8,7	4,19	8,93	108,25	0,05		0,23	28,93	1,06
104,2	ТТК Картофельное пюре+	50	1,06	1,36	7	46,34	0,04	0,04	3,6	12,35	0,37
212,1	ТТК Капуста тушённая+	75	2,06	4,55	8,47	75,96	0,03	0,045	32,53	50,79	1,01
275	Компот из консервированных плодов+	163	0,13		24,993	101,386	0,013	0,026	1,956	6,846	0,359
0,1	Хлеб пшеничный+	16	1,056	0,192	5,472	28,32	0,028	0,012		5,6	0,624
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	21	1,386	0,252	7,182	37,186	0,037	0,016		7,35	0,819
	Итого:	596	24,007	19,769	69,712	549,442	0,298	0,189	59,396	149,186	5,792
	Полдник										
37,1	ТТК Молоко кипячённое+	181	5,249	4,525	8,688	97,74	0,048	0,193	0,941	185,079	0,084
302,1	Сырная палочка+	70	8,596	25,634	34,874	404,88	0,096	0,096	0,154	136,108	0,824
	Итого:	251	13,845	30,159	43,562	502,62	0,144	0,289	1,095	321,187	0,908
	Ужин										
215,1	ТК № 215.1 Огурцы свежие порциями (без номера) Сб. 1994 г.	61	0,488	0,061	1,525	8,601	0,015	0,031	6,1	14,03	0,366
175,1	Макароны, запеченные с яйцом+	120	6,832	4,344	24,912	159,656	0,066	0,106	0,14	43,752	0,973
481	Кисель из брусники	140	0,084	0,056	10,356	42,336			2,1	6,169	0,103
0,1	Хлеб пшеничный+	16	1,056	0,192	5,472	28,32	0,028	0,012		5,6	0,624
0,09	ТТК Хлеб ржаной+	21	1,386	0,252	7,182	37,186	0,037	0,016		7,35	0,819
0,01	Соль+	3								14,72	0,116
	Итого:	361	9,846	4,905	49,447	276,099	0,146	0,165	8,34	91,621	3
	.Питьевой режим										
0,34	Вода питьевая+	155								6,975	0,001
	Итого:	155								6,975	0,001
	Итого за день:	1 784	62,807	70,048	238,872	1 833,967	0,888	0,902	75,299	921,551	14,673
	Итого среднее за 10 дней:		64,33	54,359	224,141	1 613,943	0,941	2,157	128,099	749,389	16,332

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 211 руб.
Средняя стоимость за
10 дней: руб.